

Pão de Fibras - Castanha de caju

INGREDIENTES

MASSA:

FARINHA DE TRIGO
FARINHA INTEGRAL
NÚCLEO CASTANHA DE CAJU
AÇÚCAR REFINADO
SEMENTE DE LINHAÇA
FERMENTO
ÁGUA

DECORAÇÃO:

SEMENTE DE LINHAÇA



RECEITA DA MASSA			
INGREDIENTE	%	1 kg	5 kg
FARINHA DE TRIGO	80	800 g	4 kg
FARINHA INTEGRAL	20	200 g	1 kg
NÚCLEO CASTANHA DE CAJU	18	180 g	900 g
AÇÚCAR REFINADO	15	150 g	750 g
SEMENTE DE LINHAÇA	2	20 g	100 g
FERMENTO FRESCO	7	70 g	350 g
ÁGUA	70	700 ml	3,5 L

MODO DE PREPARO:

- 1- Colocar o núcleo Integral Castanha de Caju, o açúcar refinado, a farinha integral, a semente de linhaça e a farinha na masseira e misturar por 1 minuto.
- 2- Adicionar água gelada aos poucos e bater em velocidade baixa por 5 minutos ou até homogeneizar.
- 3- Adicionar o fermento fresco e bater em velocidade alta por aproximadamente 7 minutos ou até obter o ponto de véu.
- 4- Dividir em porções de 200 gramas.
- 5- Modelar em formato de filão e colocar em assadeira previamente untada com DBO PMAN.
- 6- Fermentar em câmara de fermentação a 30°C por aproximadamente 2,0 horas ou até dobrar de volume.
- 7- Fornear a 180°C por aproximadamente 20 minutos em forno de lastro ou a 160 °C por 18 minutos.